

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Лабне - мягкий сыр из йогурта

Нежный сыр из йогурта по рецепту Виктории Превер для Good Food. Подавайте лабне с оливковым маслом и заатаром.

Автор рецепта: Victoria Prever · Good Food



ВРЕМЯ

10 минут подготовки + 12-24 часа отцеживания

КОЛИЧЕСТВО

Около 300 г; 4-6 порций

Способ приготовления: Отцеживание сыворотки из йогурта

Сезон и выбор продуктов: Круглый год

Хранение: Отцеживайте йогурт 12-24 часа в холодильнике, в сите над миской. Готовое лабне также храните в холодильнике.

Ингредиенты

- ☐ 900 г натурального или греческого йогурта из цельного молока, без добавок
- ☐ ½ ч. л. крупной морской соли
- ☐ Оливковое масло для подачи
- ☐ Заатар для посыпки

Используйте крупную морскую соль, указанную в рецепте.

Инвентарь

- ☐ Сито, большая миска или кувшин, муслин либо чистая ткань для отцеживания, кулинарная нить

Приготовление

1. Подготовьте йогурт

Смешайте йогурт с ½ ч. л. крупной морской соли. Установите сито над большой миской или кувшином и застелите муслином либо чистой тканью. Выложите йогурт на ткань.

ПОДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

Источники и история на сайте Fermentarnia
fermentarnia.com



страница 1

РЕЦЕПТ НА САЙТЕ

Лабне - мягкий сыр из йогурта / продолжение

2. Дайте сыворотке стечь

Соберите края ткани и перевяжите кухонной нитью. Оставьте йогурт в застеленном тканью сите над миской и уберите всё в холодильник на 12-24 часа. Дно сита не должно касаться стекающей сыворотки.

3. Подайте лабне

Чем дольше стекает сыворотка, тем плотнее получается лабне. Для мягкой намазки сократите время отцеживания. Выложите лабне в миску, полейте оливковым маслом и посыпьте заатаром.

Примечания

Содержит молоко. Готовый йогурт уже прошёл ферментацию; в этом рецепте мы делаем его гуще, отцеживая сыворотку.

Заатар - ближневосточная смесь пряностей, часто с кунжутом. Проверьте состав вашей смеси.

Оливковое масло при подаче не отменяет необходимости хранить лабне в холодильнике.

В этой карточке йогурт отцеживается в холодильнике всё время. Автор исходного рецепта предлагает этот способ в тёплую погоду; количества продуктов и время отцеживания сохранены.

Как подавать

Подавайте как намазку для хлеба или вместе с овощами и другими закусками мезе.

Под микроскопом

Густота за счёт отцеживания

Через ткань из йогурта стекает часть сыворотки, а густая масса остаётся. По мере удаления жидкости оставшиеся сухие вещества концентрируются, и лабне становится плотнее. Здесь используют готовый йогурт: главный этап загущения - отцеживание, без добавления новой закваски.

